

大学院生に対するファシリテーター 研修グループの試み

児 玉 龍 治

I. はじめに

エンカウンター・グループは、C.ロジャーズ (C. R. Rogers) がTグループ (training group) をクライアント中心療法の立場から発展させてきたもので、1946年、1947年にシカゴでカウンセラー養成の方法として開催された集中的ワークショップにその源流があると言われている。ロジャーズが行ってきたエンカウンター・グループは、別名非構成的エンカウンター・グループ、あるいはベーシック・エンカウンター・グループとも言われている。

わが国でのエンカウンター・グループ実践活動は、友田不二男、R.フォックス (R. J. Fox)、遠藤勉らを中心として1955年に茨城県の大甕で開催されたワークショップに始まると言われている。また、1969年にロジャーズのもとから帰国した畠瀬稔、畠瀬直子らにより、京都で初めて、ロジャーズが開発したラホイヤ・プログラム方式のワークショップが開催された。その後、畠瀬らを中心とした人間関係研究会、村山正治らを中心とした福岡人間関係研究会が、毎年各地でエンカウンター・グループを開催してきた。この両研究会は、現在に至るまでわが国のエンカウンター・グループの発展に中心的な役割を果たしている。

一方、國分康孝は1970年代の後半より、ロジャーズのエンカウンター・グループが非構成的であるのに対して、W. シュッツ (W. Shutz) のオープン・エンカウンターにその源流を持つ構成的エンカウンター・グループの実践及び研究を展開し始めた。この構成的エンカウンター・グループはその後、特に学校教育の現場において普及、発展し、教員向けのエンカウンター・グループの手引書なども多数出版され、教員研修にも積極的に取り入れられることとなった。

当初この非構成的エンカウンター・グループと構成的エンカウンター・グル

ープは、別々のもの、あるいは全く異質なものと捉えられることがあった。しかし、次第に互いの長所を尊重し、適宜、両者を組み合わせて用いる試みが、主に非構成的エンカウンター・グループの実践者から行われるようになった。

例えば、尾川ら（1990）は、非構成的エンカウンター・グループの1セッションで、Creative O. D.の課題の一つである構成的プログラム「スリーテン」を部分的に導入した試みを報告している。伊藤（2002）は、非構成的エンカウンター・グループの考えをもとにエクササイズを取り入れた準構成的グループの可能についてふれ、表現的・交流的なエクササイズを取り入れた比較的構成化されたエンカウンター・グループの事例を報告している。森園ら（2006）は、研修型エンカウンター・グループの新しい試みとして、非構成型と構成型のいわば中間型である「半構成方式」によるエンカウンター・グループの事例を報告している。

また、鎌田ら（2004）は、エンカウンター・グループが非構成的エンカウンター・グループ、構成的エンカウンター・グループの二分法により区別されていることに対して、従来の二分法にとらわれず、PCA GroupとPCA Groupの基本的視点を提案している。そして、そうした視点による適用事例を報告している。

このようにエンカウンター・グループには様々な形態が試みられるようになり、その中核となる考え方（精神）を引きつぎながら、徐々に多様化が進み、発展をつづけている。

しかし、そうした発展の一方で、エンカウンター・グループをファシリテーションしていくファシリテーターをどのように養成していくのかについては、これまであまり明確にされてきていない。また、ファシリテーターの養成研修に関しても、その機会が十分であるとは言い難い状況である。

そうしたことを改善するために、これまで幾つかのファシリテーター研修が実施されてきている。例えば、1992年より清里プログラム（人間関係研究会プログラム）でファシリテーター研修グループが実施され、野島ら（1993）、野島ら（1994）によりその実践が報告されている。このグループは、5泊6日で、Aコース「ベーシック・エンカウンター・グループ」、Bコース「くつろぎ・遊び・出会いのグループ」、Cコース「研修グループ」の3つのコースの一つ（Cコース）として行われた。松本（1999）は有馬研修会（人間関係研究会プログラム）でのファシリテーター研修グループについて報告している。このグループは、3泊4日で、全体5グループの中の一つとして行われた。同じ

く松本（2011）は関西人間関係研究センター（KNC）のプログラムであるファシリテーター研修グループについて報告している。このグループは、月に一度通い方式の継続研修として、5回（全10セッション）を1クールとして年間2クールを積み重ねるスタイルで続けられている。

一方、大学院生に対するファシリテーター養成に関しては、野島（2011）が2年間にわたる段階的なファシリテーター養成プログラムについて紹介している。

筆者はこれまでロジャーズによるパーソンセンタード・アプローチ（PCA）に基づく実践活動を行ってきた。また、今回、A大学大学院の「グループ・アプローチ特論」の授業を担当する機会を得た。そこで、その授業において、大学院生が将来グループ・アプローチを臨床現場で展開していくための基礎が身につけられるように、エンカウンター・グループの理論にふれるとともに、ロールプレイングを通した体験的なファシリテーター養成研修を行うこととした。

ここでは、筆者が行った大学院生に対するファシリテーター研修グループの試みについて報告し、その特徴、意義、問題などについて考察を行っていきたい。

II. ファシリテーター研修グループの構成

(1) 目的

グループ・アプローチ、なかでもロジャーズによるパーソンセンタード・アプローチに基づくエンカウンター・グループのファシリテーションについて、参加者がロールプレイングを通して体験的に理解を深め、臨床現場でグループ・アプローチを展開していくための基礎的な力を養うこととした。

(2) 参加者

A大学大学院で臨床心理学を学んでいる大学院修士課程1回生、7名である。男性が1名、女性が6名である。年齢は全員が20代である。

(3) 日程

毎週1回行われるA大学大学院における「グループ・アプローチ特論」の授業（合計15回）の中で、2011年11月から2012年1月にかけて7回（9回目～15回目）をファシリテーター研修グループの時間として設定した。

(4) 場所

A大学の机、椅子を動かすことができる演習室。

(5) 方法

まず準備段階として、「グループ・アプローチ特論」の授業の前半8回（1回目～8回目）を使って、安倍恒久著『グループ・アプローチ入門』、誠信書房、2010年、を参加者とともに輪読することにした。ここでは、参加者はグループ・アプローチの概要（「I. グループ・アプローチと最近の動向」、「II. ファシリテーターの特徴と難しさ」、「III. ファシリテーションの実際」）について理解を深めるため、分担して本の内容をまとめ、発表し、小グループ及び全体でのディスカッションを行うことにした。そして、その上で、後半7回（9回目～15回目）を使い、ファシリテーター研修グループを行うことにした。

ファシリテーター研修グループでは、1回90分の授業を参加者の「グループ体験」と「ふりかえり」に二分割し、それぞれの時間の配分は参加者との話し合いの上で、おおむねグループ体験に60分、ふりかえりに30分を使うことにした。

参加者は事前に自分の関心領域にあわせてロールプレイングでファシリテーター役を行う際に取り組んでみたいグループの状況設定を考えてくることにした。その際に今回の研修はファシリテーションの基礎を学ぶトレーニングなので、あまりに困難と思われる状況設定は選ばないことにした。

そして、実際に参加者がファシリテーター役を行う前に、一度参加者と筆者とで個別に参加者が考えてきたグループの状況設定がロールプレイングとして実施できるかどうかについて話し合う時間を持つことにした。そのときに参加者から状況設定についての案を聞くとともに、参加者がグループの導入部分について実際に5分程度ロールプレイングを行うことにした。そうした話し合いを行い、参加者と筆者との間で実施可能だということが共有できた上で、その参加者からファシリテーター役を担当する1週前の授業終了時に、グループメンバー役の他の参加者たちに対して、グループの概要を示したプリントを配布するとともに次週の状況設定と役を演じる上で願うことについて伝えることにした。

一方、グループメンバー役の参加者は、今回のファシリテーター研修グループはそれぞれの参加者がファシリテーションの基礎を学ぶことが目的であるので、あまり対応が困難なグループメンバーを意図的に演じるのではなく、できるだけ素直で協力的なグループメンバーを演じることにした。

グループ体験当日の進め方としては、ロールプレイング準備の時間を少し取

った上で、参加者のうちの一人（コ・ファシリテーターをおきたいという希望があった場合には二人）がファシリテーター役となってファシリテーションを進めることにした。このとき筆者はグループの輪の外側にいて、メモを取りながら観察者として参加することにした。

ロールプレイングの時間については、60分を予定しているのので、その時間を過ぎれば筆者の方から止めること、またファシリテーター役の参加者が途中で行き詰った場合には、その時点でロールプレイングを止めるかもしれないこと、こちらが止めるまでは続けること、もしファシリテーター役の参加者が止めてほしいときにはそういうサインを自ら出すことにした。

そして、ファシリテーター役の参加者が途中で行き詰り、筆者がロールプレイングを止めた場合には、グループメンバー役の参加者にはグループ体験の感想を述べるとともに、ファシリテーター役の参加者にこういうふうに接してもらえるとありがたいということをできるだけ具体的に話してもらうことにした。そして、そうしたヒントを得て、ロールプレイングを止まったところから再開したり、筆者がファシリテーター役を引き継ぎ、ファシリテーションを行ったりと、その場に応じて臨機応変に進めることにした。

60分のグループ体験の終了後には、それまで観察者であった筆者が進行役となり、グループ・プロセスを追いつながりながらふりかえりを行うことにした。ふりかえりでは、まずファシリテーター役の参加者が感じたり経験したりしたことを話してもらい、次にグループメンバー役の参加者にファシリテーター役の参加者の対応で「良かったと思われる点」と「もう少しこうしてほしかったと思われる点」、そして「その他の感想」などについて、できるだけ率直に話してもらうことにした。その後は参加者には自由に話をしてもらい、筆者はその話に耳を傾けつつ、ファシリテーター役の参加者の感情を明確化しようと試みたり、グループメンバー役の参加者の中で何か心残りに思っているように感じられるメンバーに関わることにした。

III. ファシリテーター研修グループの実際

第1回 大学院講義の一環としての研修型ベーシック・エンカウンター・グループ

（グループの動き）

初回である今回のグループはファシリテーター役の参加者により、大学院臨

床心理学領域の講義（任意科目）の一環として2泊3日（9セッション）の合宿形式で実施される研修型ベーシック・エンカウンター・グループの第1セッションと設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーター、グループメンバーともに大学院修士課程1回生の学生が行うことと設定された。

グループの目的は、「友人との相互的な自己開示を通して、他者理解・自己理解を深める基とする」、目標は「①自己開示及びそれに対するメンバーからのフィードバックを通して内省を深め、新たな自己への気づきを促進する。②友人の新たな側面を知るとともに自己の新たな側面を知ってもらい、関係を深める。③多様な意見・価値観に対する受容的な態度を形成する」とされた。

グループはやや緊張感を持ちつつも、既知集団という設定であり、開始前から穏やかな雰囲気であった。最初ファシリテーター役の参加者から場面構成の話がされると、グループメンバー役の参加者から積極的に話を展開していく様子がみられた。ファシリテーター役の参加者は積極的にグループに介入していくというよりも、グループが自然に展開していく様子を穏やかな表情で見守る様子がみられた。

（筆者の感想）

今回、グループメンバー役の参加者は、誰かの役を演じるというのではなく、自分自身のまま参加するという形であり、半年以上人間関係を結んできたという前提であった。そのことが影響したのか、知らない者同士が集まったような緊張感は見られなかった。しかし、一方でグループとしてなかなか深まていかないように筆者には感じられた。それは、お互い普段から知っている関係であるがゆえに防衛が働いたとも考えられた。

第2回 大学生に対するベーシック・エンカウンター・グループ （グループの動き）

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、大学学生相談室主催のベーシック・エンカウンター・グループ（2時間）と設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーターは大学学生相談室のカウンセラー、グループメンバーは大学内に掲示されている募集用紙を見て参加しようと思った大学生と設定された。

グループの目的は、「大学生に他者との語らいの場を提供すること」と、「メンタルサポートのため」とされた。

役作りに関しては、基本的にはグループメンバー役の参加者に任せつつ、フ

ファシリテーター役の参加者からは、「ちょっとゆっくりにできる居場所を求めている人」、「ちょっと悩んでいる人」になってもらいたいとのことが伝えられた。また、学生相談室、フリースペースの利用経験は自由に決めてもらいたいとのことであった。

今回のファシリテーター役の参加者は後でふりかえりたいということから、グループ場面を録音したいと事前に申し出があり、グループメンバー役の参加者から了承を得て、録音を行った。

グループは、ファシリテーター役の参加者が場面構成の話をし、自己紹介を行った後に、グループメンバー役の参加者の自己紹介を促すかたちでスタートした。グループメンバー役の参加者からはいろいろと積極的に話をする様子がみられたが、次第に沈黙の場面が生じてきた。そして、その沈黙が長くなるようになり、これ以上はファシリテーター役の参加者がグループを進めることが難しいと思われたところで、筆者が一旦ロールプレイングを止めた。

そして、筆者がそれまでのグループ場面を引き継ぐ形でファシリテーター役を行い、元のファシリテーター役の参加者はその様子を近くで見ている形でロールプレイングを再開した。その後、そのまましばらく筆者が演じたところで60分の時間が来たので、ロールプレイング場面を一区切りとした。

(筆者の感想)

ファシリテーター役の参加者は、時間をかけて準備し、最初は予定していたように話をし、グループはスムーズに始まったように思われた。しかし、グループに沈黙の場面が生じるようになり、その沈黙が長くなるにつれて、こうした沈黙に対してどのようにファシリテーションを進めていくのか、そして、グループメンバーにとってグループが「話しやすい場、雰囲気」になるにはどうすればいいのかということについて、ファシリテーター役の参加者は困惑しているように思われた。

第3回 エンカウンター・グループ

(グループの動き)

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、エンカウンター・グループ(2時間程度)と設定された。

ファシリテーター役の参加者から、設定上の内容によりグループの中で傷つく人が出る恐れが考えられるため、コ・ファシリテーターをおきたいとの申し出があり、ファシリテーター役とコ・ファシリテーター役の参加者2名でファシリテーションを行うこととなった。グループメンバーは、「一人は嫌だし、

一人でいるのは怖いけど、人というのが怖いし、人を信じることができない人。友達はあるけど、一人でいる時も友達と一緒にいる時も孤独感や寂しさを感じる人」と設定された。年齢・性別は不問で、各自で設定することとなった。

グループの目的は、「本音で自分の気持ちを話し、本音で語られる人の話に耳を傾けることにより、一人ひとりが自由に自律的に生き、信頼しあえる場所をつくり、自分らしく生きるためのグループをつくること」とされた。

役作りに関しては、ファシリテーター役の参加者から、年齢・性別は不問で、各自で設定してもらいたいこと、また、名前についても各自でニックネームを考えてもらえると助かるとのことが伝えられた。

グループは、最初ファシリテーター役の参加者が予定していたように比較的スムーズに始めることができた。しかし、グループメンバー役の参加者がアンビバレントな思いを抱えているという設定が影響したのか、グループは次第に沈黙が続くようになった。そうした状況の中で、ファシリテーター役の参加者は対応に行き詰っているようだったので、筆者は一旦ロールプレイングを止めた。

そして、グループメンバー役の参加者に今どういうことを感じているのか、また、こういうふうにファシリテーターに接してもらいたいということを、ファシリテーター役の参加者に伝えてほしいと話した。その後、グループメンバー後の参加者からフィードバックが送られ、それをもとにファシリテーター役の参加者は、もう一度ロールプレイングを再開し、予定時間まで続けた。

(筆者の感想)

ファシリテーター役の参加者は、関心があるテーマを自分なりに選び、果敢に挑戦をしたのだが、グループメンバー役の参加者はアンビバレントな思いを抱えているという設定から、話をしにくかったのかもしれない。ファシリテーター役の参加者は、導入後の展開が難しく、対応に困っているように思われた。そこで、筆者は一度ロールプレイングを止めて、話し合いをはさんだ。すると、それ以降はファシリテーター役の参加者は、少し落ち着きを取り戻し、グループを進めることができていくように思われた。

第4回 不登校児を抱える親の会（ベーシック・エンカウンター・グループ） （グループの動き）

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、毎週水曜日、1セッション90分ずつの合計10セッションの形式で実施される不登校児を抱える親

の会（ベーシック・エンカウンター・グループ）の第1セッションと設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーターは「こころの悩み相談室」のカウンセラー、グループメンバーは、「子どものことについてスクールカウンセラー、適応指導教室、相談室などに相談に行っており、各種相談機関より紹介された不登校児を抱える親」と設定された。

グループの目的は、「不登校児を抱えた親同士で集まり、同じ悩みを持つ仲間と知り合い、悩みを話し合うこと」とされた。

役作りに関しては、ファシリテーター役の参加者から、不登校児は中学生から高校生で、子どもの年齢、不登校になったきっかけや現状について、ロールプレイングが行いやすいように考えてきてほしいとのことが伝えられた。

グループは、ファシリテーター役の参加者が場面構成の話をし、ファシリテーターの自己紹介の後にグループメンバーにも簡単に自己紹介をしてもらい、その後、グループメンバーの話を進めていくという形でスタートした。グループメンバーからは積極的に話をする様子が見られた。ファシリテーター役の参加者は落ち着いており、特に困っている様子はみられなかった。

（筆者の感想）

筆者には、ファシリテーションの流れは比較的スムーズであり、グループはうまく展開しているように思われた。その一方で、ファシリテーター役の参加者がややグループメンバー役の参加者の自己紹介を簡単にすませすぎたのではないかと感じられた。今回のグループへの参加者たちがどのように紹介先から言われてこのグループに参加するに至ったのか、このグループに対してどのような思いや期待を抱いているのかを、最初の段階で丁寧に確認しておいた方がよいのではないかと思われた。グループメンバーたちのここまでに至る経過と今回のグループ活動とを結び付けていくことが大切になるのではないかと思われた。

第5回 断酒会グループ

（グループの動き）

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、毎週木曜日、1セッション2時間ずつの形式で実施される断酒会（自助グループ）例会のセッションと設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーター（司会者）は酒害体験を有しており、現在は克服している人、グループメンバーは酒を止めたいと思っ

ている人と設定された。

グループの目的は、「参加者一人ひとりが酒にまつわる酒害体験と自分自身を素直に語り、聴くこと」、「酒害体験を掘り起し、過去の過ちを素直に認め、また仲間達の話の謙虚に聞くことで、自己洞察を深める機会とすること」、「断酒を継続することで、新しい人生を創り、力強く生きていくのだという自覚と自信がわいてくること」とされた。

グループは、ファシリテーター役の参加者が場面構成の話（ここでの体験談は「言いつばなし」の「聴きつばなし」が原則であり、ここで聞いたことはここに置いていくこと、秘密は守られることなど）をした上で、ファシリテーターの自己紹介がなされた。そして、その後、グループメンバーの酒害体験の発表へと移っていった。

ロールプレイングのグループメンバー役の参加者については、いずれも酒で悩んでいる当事者になりきっており、積極的に話をしている様子がうかがえた。（筆者の感想）

ファシリテーター役の参加者は、ファシリテーションを進める中で誠実で真剣な態度が印象的であり、今回の研修に対する意気込みが強く伝わってくるように思われた。一方で、緊張しているのか、グループメンバーに対して視線の送り方や関わり方の距離がやや近いように感じられた。今回のグループはこれまでの回のようにファシリテーターが専門家という設定ではなく、体験者もしくは当事者という設定であった。ファシリテーターが体験者・当事者であることは、メリットを持つとともにグループメンバーに対する感情のコントロールや距離の取り方に独特の難しさを持つように思われた。

第6回 就職活動をテーマとしたエンカウンター・グループ

（グループの動き）

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、就職活動をテーマとしたエンカウンター・グループ（90分）と設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーターは大学のキャリア支援課のカウンセラー、グループメンバーは、就職活動を始めようと思っている大学生と設定された。

グループの目的は、「就職活動を始めるにあたって、自分のことを話したり、仲間の話を聞くことで、自分を見直す機会となること」とされた。

役作りに関しては、ファシリテーター役の参加者から、学年とどういう方面（例えば金融関係等）で就職活動しようとしているかについて考えてきてほし

い、就職活動についてはそれなりに知識がある設定でも全く知識がない設定でもかまわないとのが伝えられた。

グループは、ファシリテーター役の参加者が場面構成の話をし、ファシリテーターの自己紹介の後にグループメンバーの話を進めていく形でスタートした。今回は就職活動をスタートするという誰にでも関わってくるテーマであったことが影響したのか、グループメンバーから積極的に話が出され、グループでの話し合いは比較的スムーズに展開していった。

(筆者の感想)

ファシリテーター役の参加者はやや緊張しつつ、比較的スムーズにグループを進めているように感じられた。一方でグループはやや淡々とした進み方をしているという印象も受けた。それは、ファシリテーター役の参加者が行っている応答の仕方が一つの要因になっているように感じられた。ファシリテーター役の参加者は、グループメンバー役の参加者が発するメッセージに対してすぐに応答するのではなく、一旦心の中に取り入れ、自らの内面に起こってくる感情を丁寧に感じ、それを言葉にしていくことが大切になるのではないかと思われた。

第7回 病院内でのエンカウンター・グループ

(グループの動き)

今回のグループは、ファシリテーター役の参加者により、毎週水曜日、午前の部2時間半、午後の部2時間半ずつ実施される病院内でのエンカウンター・グループと設定された。

コ・ファシリテーターはおかず、ファシリテーターは病院内のこころの悩み相談室のカウンセラー、グループメンバーは「長期入院している家族がいて、その見舞いの際に主治医から『お話ができる場所』としてエンカウンター・グループを紹介された人」と設定された。

グループの目的は、「心の感ずるままに、大きな流れに心身を委ね、あるがままに自由に話をする」とされた。

役作りに関しては、ファシリテーター役の参加者から、「ファシリテーターとは初対面、グループへの参加頻度は初めてでも数回目でも構わない」とのが伝えられた。

グループは、ファシリテーター役の参加者が落ち着いた様子でゆったりとした話しぶりであったことから、比較的スムーズに始まった。しかし、グループメンバーの設定が長期入院している家族がいる人たちということもあり、やや

重い雰囲気の中でグループは展開していくことになった。そうした状況において、ファシリテーター役の参加者は次第に応答がスムーズにできなくなり、沈黙の時間が続くようになってきた。そのため、筆者は一旦ロールプレイングを止めた。

そして、グループメンバー役の参加者に今どういうことを感じているのか、また、こういうふうにファシリテーターに接してもらえるとありがたいということを、ファシリテーター役の参加者に伝えてもらった。

その後筆者がそれまでの場面を引き継ぐ形でファシリテーター役を行い、元のファシリテーター役の参加者にはグループの様子を近くで見ていてもらった。そのまま時間までロールプレイングを行った。

(筆者の感想)

ファシリテーター役の参加者の最初の語りかけはとても柔らかく、穏やかな雰囲気を持つものであった。しかし、次第に自分の思いを言葉にしていくことが難しくなっているように思われた。ファシリテーター役の参加者は今回自分の関心領域をロールプレイング場面として設定したと思われる。しかし、今回の研修がファシリテーションの基礎を学ぶことを目的としていることからすれば、もう少しファシリテーターとして応答しやすい状況を設定して練習を積むことが一つの方法かもしれないと思われた。

IV. 研修後の参加者の感想

ファシリテーター研修グループ後のアンケート調査については、7名中6名(85.7%)より回答が寄せられた。

1) 6名の参加者のファシリテーター研修グループへの7段階評定の魅力は、次のとおり。7:「非常に感じる」=0名(0%), 6:「かなり感じる」=2名(33.3%), 5:「やや感じる」=4名(66.7%)。4:「どちらでもない」=0名(0%), 3:「どちらかといえば感じない」=0名(0%), 2:「あまり感じられない」=0名(0%), 1:「非常に強く感じる」=0名(0%)。平均5.33である。この結果からは、参加者は全体的にやや魅力を感じていると言ってよいであろう。

2) 以下の項目について、自由記述には次のようなことが書かれている。

①ファシリテーターとしての自分の動き、感情の流れ、行動

メンバー一人ひとりに対して丁寧に返すことができなかった。沈黙が長くな

るにつれて、頭のなかがぼんやりとし何をどうすればよいのかわからなくなっていた。／話し始めは大変緊張し、メンバーが話してくれると安心していましたが、沈黙が長くなると何か話さないといけないと思い、再び緊張してしまう。／それほど緊張せず、落ち着いてはいたが、メンバーが話してくれていることに安心して気遣いが欠けていたと思う。実際のメンバーなら、落ち着いて話せない状況になるのではないかと思いながらメンバーの話聞いていた。／前半は緊張。メンバーが自ら発言してくれた後から平常心。沈黙になると再び緊張。沈黙が怖いため、また話をしていないメンバーが気になり、どのタイミングで話をふろうかということで頭がいっぱい。／最初はただひたすら緊張し、思っていることと違うことを話してしまった。段々、メンバーが話を展開してってくれるので、徐々に緊張はほぐれていったが、ただうなずいていることに違和感があった。／自分がどれだけ動けないのかということを、メンバーの反応から知ることができた。何人かの話が終わった時点で、もっと反応すべきだったことに気がついたが、そこから反応しだすこともできず、結果殆ど動くことができなかった。その出来ないということを自覚できるだけで、私には十分意味があったように思っている。

②メンバーとしての自分の動き、感情の流れ、行動

ファシリテーターによって、そのロールによって、様々な心の動きがあった。構成的な要素と非構成的な要素が混じり合っている中で、そのそれぞれに話しやすい、話しにくさの両方を感じた。／ロールプレイングを何度か経験し、少しずつ役としてふるまえるようになり、グループとしてその場にいるときの感情の流れや行動が、自分とは異なるようになっていた。／メンバーとしては、回によって気持ちが異なった。緊張して何も話せない回もあれば、主体的にもっと話したいと思うこともあった。話せる時は、どのようなファシリテーターでもよかったが、上手く話せない時は、落ち着いたゆったりとした場をファシリテーターが提供してくれる方が、気分が楽だったように思う。ふり返ってみると、メンバーとして学んだことの方が多かったかもしれない。／前半に自分の体験及び気持ちを話し、（後に残るのが嫌なため）後半は、話をすることができていないメンバーに話を振ることばかり考え、ときには振ったり、ファシリテーターの顔を凝視する（振って！という無言のメッセージ）。／積極的にグループに関わっていくことが多かったと思う。しかし、話したいことは話せていないと感じることも何度かあった。それは、グループの流れを私がつくってもいいのだろうかという不安からだと思う。／話ができない回も多かった。

緊張もあったが、メンバーの手や口もとの動きを見ていたら、「次この人が話し出すのではないか」ということが気になり、自分が話すタイミングを自分でつくることができなかった。

③担当教員について

グループワークの研究もされている先生から、具体的なアドバイスをいただけたことが非常に勉強になった。もっとビシバシ言うてくださってもいいと思います。／ファシリテーターが困っている際に、助け舟を出していただき、また手本を見せていただけるので、どのようにファシリテーターが関わっていくのかという雰囲気は直接勉強できました。／日々ロールプレイをするたびに怒られるので、優しく指摘をしていただけることは新鮮でした。気遣いや心配り、丁寧な対応といった、できそうでできない、人として大切なことを先生はされているので、学ぶことが多いです。グループにおいては、知らない人がたくさんいる場でメンバーの緊張も高くなり、より気配りが必要になると思います。実際に先生がファシリテーターとして入っていただくことができたならよかったなあと思いました。／先生の授業での私たち生徒に接する態度、姿勢そのものがファシリテーターとして必要な態度、姿勢であったようにも感じる。／見られているという緊張感もあったが、見てもらえるという安心感もあったと思う。優しく、かつするどく指摘してくださり、納得できた。／私個人的には遅刻ばかりして、朝一番から先生は教えてくださるため学校に来ていただいていたので、申し訳なかったと思う。自分の気持ちや疑問などを口に出しやすかったように思う。

④満足した点

授業自体が一つのグループ体験のように感じられ、前半も3人ずつくらいで意見を出し合えた点なども良かったと思います。もちろんロールプレイは非常に勉強になりました。／講義を前半、後半に分けて理論と実践を通して学ぶことができたこと。／ファシリテーターとして注意していただけたことを、メンバーとして体感したときに、一番学べたように思う。ファシリテーターもメンバーもどちらもすることで、どちらの気持ちも体験することができてよかった。／ロールプレイに授業の時間を多く使っていただいた点。卓上の知識だけではなく、体験することでしか得られない学びがあった。／意外にメンバー役をやるのが楽しかった。／ファシリテーターとメンバーをそれぞれ体験できたので、ロールの勉強にもなったと思う。

⑤不満な点、心残りなこと、気がかりなこと

時間的な制約があるため、ロールプレイングにあまり時間を割けないことが残念です。一人2回ずつ実施できたら、より学べるように思います。／事例からも、もう少し学びたかったと思います。著書では細かいやりとりまでは載っていないので。また、アイスブレイクやワークのようなものも少し学べたらと思いました。／心理士としては、自己処理ができないといけないことですが、メンバーのみなさんが役をすることで自分の悩みを持ち出しすぎではないか、後々負荷になっていないか気になることがありました。／先生が生徒のフォローという形ではなく、完全なファシリテーターをする回が一度欲しかった。／ファシリテーターとして積極的に関われなかったこと。どうせ失敗するなら、やるだけやればよかったと思う。／実際のVTRとか、逐語であるとか、にも触れてみたかった。先生がファシリテーターの回を1回分通して体験してみたかった。

⑥その他

グループの良さ、難しさをあらためて感じました。一対一ではないことから生まれるメンバー間の共感や安心感、成長とともにグループのなかで自己開示すること（メンバー、ファシリテーター両方）の難しさを感じました。／ロールプレイを通して学べるのが大学院の面白さだと思います。実践を通して様々なことを学びたいです。／今回、非構成的に進めていたが、導入を行うのはファシリテーターであり、ファシリテーターの最初の働きかけによって構成される部分もある。初期の段階においては、ファシリテーターをする人がメンバーに与える影響について知っておかなければいけないのだと思いました。／体験型の学び多き授業でした。生徒一人ひとりを気にかけてくださり、ありがとうございました。／ビデオで撮影してもよかったかもしれません。／ご指導いただきまして本当にありがとうございました。実際のエンカウンター・グループに参加する機会があれば是非参加して勉強を続けたいと思います。

V. 考察

(1) プログラムについて

今回の大学院生に対するファシリテーター研修グループは、7回の授業の中で7人の参加者がファシリテーター役を行った。1回90分の授業を参加者の「グループ体験」と「ふりかえり」に二分割し、おおむねグループ体験に60分、ふりかえりに30分を使った。このプログラムは、特に大きな問題は起こらず、

全体的に比較的スムーズに進んでいると考えられる。今回のプログラムの組み立ては筆者にとって初めて実施するものであったが、これまでの自分自身の様々なグループ体験からこのような形がよいと考えているものである。

(2) 担当教員について

参加者によるアンケート結果をみると、担当教員である筆者に対する安心感、信頼感が認知されている。また、具体的なアドバイスが勉強になった、ファシリテーターとして関わる雰囲気や直接勉強できた、授業での参加者に接する態度、姿勢そのものにファシリテーターとしての態度、姿勢を感じた、などというように、担当教員による関わりが役に立ったと述べている参加者が多い。また、今回のアンケートにおいて、担当教員に対する強い否定的な感想は述べられていなかった。こうしたことからすれば、今回の担当教員は、その役割を果たしていることが考えられる。

(3) プロセスについて

まずファシリテーター役としてのプロセスを参加者がどのように認知しているかについて、アンケート結果でみると、沈黙が生じる中で緊張感が増えていく様子がうかがえる。また、参加者によって、その緊張感が次第に和らいでいく場合もあれば、緊張感がより高まっていき、どうしていいのか分からなくなってしまう場合もみられた。つまり、沈黙をいかに乗り切ることができるかが、グループを展開していく上でファシリテーター役の参加者にとっては大きな課題としてあると考えられる。

次にグループメンバー役としてのプロセスがどうなっているのかをアンケート結果からみると、多くの参加者が毎回異なるグループメンバー役を演じながら、グループメンバーとしての自らの心の動きを丁寧に見つめている様子がうかがえる。また、今回、筆者としては、ファシリテーター役の研修を中心としてプログラムを組み、展開していったが、グループメンバー役を演じる中でファシリテーターの在り方についての学びが参加者に起こってきていることが考えられる。

(4) インパクトについて

今回のファシリテーター研修グループが参加者にどの程度インパクトを与えたのかについて、参加者によるアンケート結果をみると、少なからずインパクトを与えているように考えられる。

ファシリテーターの在り方について、ファシリテーションの理論を学ぶことは大変重要である。しかし、理論を学ぶだけでなく、今回参加者はロールプ

レーンを通してその理論を実際に使ってみたことにより、グループを展開していくための基礎的な力を身につけつたと考えられる。また、ファシリテーター役を行い、さまざまなフィードバックを得ることで、自己への気づきも起こっていると考えられる。

一方、先にも述べたが、グループメンバー役を演じることにより、ファシリテーターとしての在り方についての学びが参加者に起こったり、今回の研修を体験することにより、参加者が実際のエンカウンター・グループに参加してみたいという思いを抱くことにつながるという意義もあることが考えられる。

(5) 問題

今回、複数の参加者から、研修後のアンケートに筆者が参加者から引き継ぐ形ではなく、1回の授業を通してファシリテーター役を行う機会を持ってほしかったという意見が書かれていた。こうしたことからすれば、筆者がファシリテーター役を行う機会をプログラムの中に設定することは、参加者にとって意義があることと考えられる。

また、今回のファシリテーター研修グループについては、時間的に限界があることが問題としてあげられる。参加者のアンケートに書かれているように、ファシリテーター役を行うことについて一人が2回ずつ実施することができれば、さらにファシリテーションの力がつくと思われるが、授業時間内にその時間を確保することが現状では難しい。こうした問題については、この授業だけで対応しようとするのではなく、他の授業との組み合わせや授業外の場の活用などを含めて対応していくことが必要であると考えられる。

文献

- ・伊藤義美 2002 準構成的グループ・アプローチ 伊藤義美編「ヒューマンスティック・グループ・アプローチ」 ナカニシヤ出版 pp.143-152.
- ・鎌田道彦・本山智敬・村山正治 2004 学校現場における PCA Group 基本的視点の提案 非構成法・構成法にとらわれないアプローチ 心理臨床学研究, 22 (4), pp429-440.
- ・松本剛 1999 ファシリテーター研修グループ 伊藤義美・増田實・野島一彦編「パーソンセンタード・アプローチ」 ナカニシヤ出版 pp.149-160.
- ・松本剛 2011 継続研修としてのファシリテーター研修グループ 伊藤義美・高松里・村久保雅孝編「パーソンセンタード・アプローチの挑戦 現代を生きるエンカウOUNTERの実際」 創元社 pp.293-305.
- ・森園絵里奈・野島一彦 2006 「半構成方式」による研修型エンカウOUNTER・グループの試み 心理臨床学研究, 24 (3), pp.257-268.

- ・野島一彦・畠瀬稔 1993 カウンセラー&ファシリテーター研修グループの試みーパースン・センタード・アプローチにおけるー 福岡大学人文論叢, 25 (2), pp. 463-483.
- ・野島一彦・畠瀬稔 1994 ファシリテーター研修グループの試みーパースン・センタード・アプローチにおけるー 福岡大学人文論叢, 26 (3), pp. 463-483.
- ・野島一彦 2011 二年間のファシリテーター養成プログラム 高橋紀子編「グループ臨床家を育てる ファシリテーションを学ぶシステム・活かすプロセス」創元社 pp. 50-54.
- ・尾川丈一・飯島修治 1990 エンカウンターグループにおける「スリーテン」導入の試み 人間性心理学研究, 8, pp. 100-107.

キーワード ファシリテーター研修グループ エンカウンター・グループ
 パーソンセンタード・アプローチ